



**UNIVERSIDAD DEL SURESTE**

**LICENCIATURA EN NUTRICIÓN**

***MATERIA: Nutrición en Obesidad y Síndrome Metabólico***

***ACTIVIDAD → Mapa conceptual***

***DOCENTE: LN. Nefi Alejandro Sánchez Gordillo***

***ALUMNA: Xochitl Perez Pascual***

***Sexto cuatrimestre***

***grupo: "A"***

Tapachula Chiapas 05/06/2021

# DIABETES MELLITUS

## Tipos

DM1

DM2

DM Gestacional

Otros

## Criterios de diagnóstico

Glucemia superior a 200 mg/dL (11,1mmol/L) en cualquier momento del día.

Glucosa en ayuno: >110 mg/dl (6,1 mmol/l) y 140 mg/dl (7,8 mmol/l) y 140 mg/dl.

Diabetes gestacional: en ayuno >105 mg/dl; después de una carga de glucosa en ayuno de 100 g, valores superiores a 190 mg/dl a la hora poscarga, 165 mg/dl a las dos horas poscarga y 145 mg/dl a las tres horas.

## Morbilidad

La población mayor de 20 años, la prevalencia es 8 de cada 100 personas.

después de los 50 años es superior a 20 de cada 100.

## Tratamiento

Alimentación adecuada

HC: consumo frecuente de legumbres, verduras, cereales y frutas.

Proteínas: consumo moderado de productos cárnicos, siendo preferible el consumo de pescado, incluyendo el pescado azul, y las aves.

Como fuente de grasa fundamental se prefiere el aceite de oliva.

## DM y enfermedad cardiovascular

La obesidad y el sedentarismo conducen a la resistencia a la insulina, estado que precede a la diabetes tipo 2 y que suele acompañarse de otros factores de riesgo cardiovascular como la dislipidemia, la hipertensión y factores protrombóticos.

## Hipertensión arterial

La hipertensión, se define por la presencia de valores de presión arterial superiores a la normalidad: presión arterial sistólica (PAS)  $\geq 140$  mmHg y/o presión arterial diastólica (PAD)  $\geq 90$  mmHg.<sup>1</sup> Sin embargo, en el adulto mayor, algunos autores sugieren cifras de PAS  $\geq 160$  mmHg y PAD  $\geq 90$  mmHg para hipertensión sistodiastólica.

## Bibliografía

Obesidad y control de peso laguna camacho, antonio trillas.

Anderson, j.; et al. (2008). "Cholesterol-lowering effects of psyllium hydrophilic mucilloid for hipercholesterolemis men". Arch. Intern. Med.

Dana, sHeila.; brandon, l. (2009). "Efficacy of Slendesta® potato extract".

Kemin Health Technical literature. KHBB-017-047. eWe, k.; UebersCHaer, b.; press ag. (2013). "Influence of senna, fibre and fibre plus senna on colonic transit in loperamida-induced constipation.